



# NEUE KRAFT SPÜREN. FATIGUE ÜBERWINDEN.

FÜR PATIENT\*INNEN

## Misteltherapie

Ein Teil der Integrativen Onkologie

Mehr tun beim krebsbedingten  
Erschöpfungssyndrom



 Helixor



☞ *Nichts an dieser Pflanze ist normal* ☞

Karl Freiherr von Tubeuf

Die Weißbeerige Mistel (*Viscum album*) ist eine außergewöhnliche Pflanze. In Europa findet man sie auf Tannen, Kiefern und Laubbäumen, z. B. Apfelbäumen. Sie wächst kugelförmig in den Kronen der Bäume und trägt ihre Früchte (Beeren) im Winter – sie ignoriert die Naturgesetze von Licht und Schwerkraft.

Als Begleittherapie bei Krebs haben sich Mistelpräparate seit 1917 bewährt. Heute gehört die Mistel zu den am besten untersuchten Arzneimittelpflanzen.

# DIE MISTELTHERAPIE UNTERSTÜTZT IHRE KREBSBEHANDLUNG:

- ✓ **Reduziert die anhaltende Erschöpfung (Fatigue)<sup>1</sup>**
- ✓ **Verbessert die Verträglichkeit der Chemotherapie<sup>2</sup>**
- ✓ **Stärkt das Immunsystem<sup>3</sup>**
- ✓ **Verbessert Schlaf<sup>1</sup>, Appetit<sup>1</sup> und Wärmeempfinden<sup>4</sup>**



Spüren Sie wieder **Vitalität** und **Lebensqualität**.

1. Piao BK et al. 2004. Anticancer Res. 24(1): 303-310. | 2. Kienle GS et al. 2010. Integr. Cancer Ther. 9(2): 142-157. | 3. Oei SL et al. 2019. Evid. Based Complementary Altern. Med. 2019: Article ID 5893017. | 4. Matthes H. 2001. In: Scheer R et al. (ed.): Die Mistel in der Tumorthherapie. KCV Verlag, Essen, 253-274.

# FATIGUE ÜBERWINDEN, NEUE KRAFT SPÜREN

## 1 Wie entsteht Fatigue?

**Bis zu 90 %<sup>1</sup> der Krebsbetroffenen entwickeln während oder nach ihrer konventionellen Krebstherapie eine anhaltende Erschöpfung.** Der medizinische Fachbegriff lautet krebsbedingte Fatigue (französisch: Fatigue = Müdigkeit). Bei rund 50 %<sup>1</sup> aller Krebspatient\*innen verläuft die Erkrankung chronisch.

## 2 Woran erkennt man eine krebsbedingte Fatigue?

Im Gegensatz zur „normalen“ Müdigkeit, die in Folge einer Krankheit oder Stress vorübergehend auftritt, sind die Beschwerden der krebsbedingten Fatigue vielseitig. Anzeichen, dass es sich um krebsbedingte Fatigue handelt, sind vor allem:<sup>2</sup>

- **Müdigkeit und schnelle Erschöpfung** in keinem Verhältnis zur täglichen Aktivität
- **keine Besserung durch Schlaf**
- **Konzentrationsprobleme, Interesselosigkeit**
- **depressive Stimmungen** und/oder **Reizbarkeit**
- **mindestens zwei Wochen** anhaltend

1. Stiftung Deutsche Krebsgesellschaft [https://www.deutsche-krebsstiftung.de/leben\\_mit\\_krebs/fatigue/](https://www.deutsche-krebsstiftung.de/leben_mit_krebs/fatigue/) (abgerufen: 21.03.2023)

2. Niedersächsische Krebsges. e. V. 2021. Fatigue bei Krebserkrankungen.

### 3 Was bedeutet Fatigue für Krebsbetroffene?

Eine krebsbedingte Fatigue kann die Lebensqualität stark beeinträchtigen: **Die mangelnde Leistungsfähigkeit erschwert eine normale Alltagsbewältigung** und stößt oft auf Unverständnis oder Hilflosigkeit.

**Die gute Nachricht: Eine krebsbedingte Fatigue ist behandelbar!**

### 4 Wie hilft die Misteltherapie bei Fatigue?

Nachweislich verbessert die Misteltherapie die Lebensqualität von Krebspatient\*innen und reduziert zahlreiche Beschwerden, vor allem Fatigue.

**Im Rahmen einer Studie konnte für rund 40 % der Patient\*innen eine Verbesserung der Fatigue nachgewiesen werden.**<sup>3</sup>

### 5 Mistel & Yoga: Volle Kraft gegen Fatigue

Bewegungs- und Achtsamkeitsübungen wie Yoga oder leichtes Ausdauertraining haben eine positive Wirkung auf das Fatigue-Syndrom. Sind solche Aktivitäten aufgrund der Fatigue jedoch nur eingeschränkt möglich, ist eine **Misteltherapie als ergänzende oder gleichwertige Behandlung sinnvoll**. Denn Studienergebnisse zeigen: Der Effekt einer Misteltherapie auf krebsbedingte Fatigue ist vergleichbar mit dem Effekt körperlicher Aktivität.<sup>4</sup>

#### Filmtipp: Yoga bei Krebs

Geführte Übungen für jede Situation:  
[helixor.de/yoga-bei-krebs](https://helixor.de/yoga-bei-krebs)



3. Piao BK et al. 2004. Anticancer Res. 24(1): 303-310.

4. Pelzer F et al. 2022. Support. Care Cancer 30: 6405-6418 (Metaanalyse aus 19 Studien).



# SPRECHEN SIE MIT IHRER ÄRZTIN ODER IHREM ARZT

Die Misteltherapie ist die am häufigsten eingesetzte Begleittherapie bei Krebs und eignet sich zu jedem Zeitpunkt der Erkrankung. Ihre Wirksamkeit und gute Verträglichkeit wurden durch über 150 klinische Studien belegt.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wählt die für Sie passende Mistelsorte und macht Sie mit der Anwendung vertraut. So können Sie die Therapie einfach und sicher zu Hause fortsetzen.



## Praxis gesucht?

Finden Sie eine Praxis, die integrative Onkologie (z. B. Misteltherapie) anbietet:  
[helixor.de/praxisfinder](https://helixor.de/praxisfinder)



## Sie erreichen uns. Persönlich.

Ihre Fragen zur Misteltherapie beantworten die Expertinnen unserer kostenfreien Therapieberatung.

Deutschland:

**07428 935-344**

**[beratung@helixor.de](mailto:beratung@helixor.de)**

Schweiz:

**+41 62 550 02 74**

**[beratung@helixor.ch](mailto:beratung@helixor.ch)**